

PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE – FASE PROJETO

“INSTALAÇÃO DE ESPLANADA EM ESTRUTURA METÁLICA COM COBERTURA DE CARÁTER AMOVÍVEL, NO AQUAPOLIS – MARGEM SUL EM ABRANTES”

DONO DE OBRA

Câmara Municipal de Abrantes

Praça Raimundo Soares

2200 – 366 Abrantes

1. Introdução.....	4
1.1. Memória Descritiva	4
1.2. Caracterização do Empreendimento/intervenção.....	4
1.3. Ações para a prevenção de riscos – Plano de ações quanto a condicionalismos existentes no local	5
2. Legislação Aplicável	6
2.1. Enquadramento Legal da Segurança no Trabalho:	6
2.2. Enquadramento Legal da Construção Civil:	7
2.3. Diplomas No Âmbito da Construção Civil:	7
2.4. Equipamentos de Proteção Individual:	7
2.5. Máquinas, Equipamentos, Produtos:	8
2.6. Movimentação de Cargas:	8
2.7. Ruído:	8
2.8. Sinalização:	8
2.9. Instalações Elétricas:	9
2.10. Seguros:	9
2.11. Contratação:	9
3. Informações gerais.....	9
3.1. Entidades Intervenientes	9
4. Execução da Obra	10
4.1. Prazo de Execução: a definir.	10
4.2. Pessoal em Obra: a definir.	10
4.3. Horários de Trabalho: a definir.	10
5. Informação aos Trabalhadores em Obra	10
6. Formação/Ações	11
7. Trabalhadores Independentes	12
8. Obrigações dos Subempreiteiros	12
9. Seguros de acidentes de trabalho e outros	12
10. Proteções Coletivas/Individuais.....	12
11. Registos de Segurança	13
12. Procedimentos em Caso de Acidente	14
13. Comunicação de Acidentes Graves ou Mortais.....	14
14. Responsabilidade em Matéria de Segurança e Saúde	15
15. Medicina do Trabalho.....	15
16. Estaleiro.....	15
16.1. Planta do Estaleiro/Projeto do Estaleiro	15
17. Acessos à Obra, Circulação e Sinalização	16
18. Logística de Apoio	17
18.1. Estaleiro Geral	17
18.2. Instalações sociais e equipamentos de apoio	17
18.3. Refeitório e Cozinha	18
18.4. Trabalhadores Deficientes	18
18.5. Estaleiro Administrativo	19

18.6. Estaleiro de Produção	19
19. Aparelhagem de Elevação	19
19.1. Gruas Fixas (se utilizadas).....	19
19.2. Gruas Móveis (se utilizadas).....	20
20. Equipamentos Diversos	20
20.1. Andaimos (se utilizados).....	20
21. Outros Equipamentos	21
22. Utilização e Controlo dos Equipamentos	21
23. Sistemas Eléctricos	22
24. Vedação, Controlo de Acessos, Sinalização e Iluminação	22
25. Procedimentos relativos a Lixos e Entulhos	23
26. Instalações de Primeiros Socorros	23
27. Detecção e Combate a Incêndios.....	23
28. Responsáveis pela segurança e saúde de cada empresa	23
29. Condução dos Trabalhos	23
29.1. Descrição da situação existente	23
29.2. Descrição dos trabalhos	25
30. Modos de Tratamento Específicos das Atividades que Envolvam Riscos (especiais).....	27
30.1. Trabalhos de escavação e de aterro (se for o caso).....	28
30.2. Execução de alvenarias (se for o caso).....	29
30.3. Plataformas de trabalho e andaimes (se houver necessidade de utilização)..	30
30.4. Execução de revestimentos e pinturas (se aplicável)	31
30.5. Execução de impermeabilizações (se aplicável).....	32
30.6. Execução de pavimentação e asfaltagem	33
31. Armazenamento	35
32. Instalações Eléctricas.....	35
33. Uso de explosivos (se necessário).....	36
34. Materiais com riscos especiais	36
35. Comunicação prévia a enviar ao A.C.T. (Autoridade para as Condições do Trabalho)	37
36. Entrega e Aprovação do P.S.S. para execução da obra.....	40
37. Procedimentos Específicos de Segurança	40

1. Introdução

A construção apresenta um conjunto de atividades em que existem riscos, e por serem atividades muito particulares é necessário analisar esses mesmos riscos como meio de os eliminar na origem ou minimizar ao máximo os seus efeitos.

O PSS (Plano de Segurança e Saúde), é um documento que deve reunir todas as informações importantes de um dado empreendimento/intervenção relativas a Segurança e Saúde. Essas informações servem para se anular ou, na impossibilidade de o fazer, minimizar os riscos e assim evitar a sinistralidade. O PSS, apresenta essencialmente três grupos:

- Memória descritiva;
- Caracterização do empreendimento/intervenção;
- Ações para a prevenção de riscos.

Os três grupos, devem englobar por sua vez os seguintes elementos:

1.1. Memória Descritiva

- Definição de objetivos;
- Comunicação prévia;
- Regulamentação aplicável;
- Organograma funcional;
- Horário de trabalho;
- Seguros de acidentes de trabalhos entre outros;
- Fases de execução do empreendimento/intervenção;
- Métodos e processos construtivos.

1.2. Caracterização do Empreendimento/intervenção

- Características gerais;
- Mapa de quantidades de trabalho;
- Plano de trabalhos;
- Cronograma de mão-de-obra;
- Projeto do estaleiro;
- Lista de trabalhos com riscos especiais;
- Lista de materiais com riscos especiais.

1.3. Ações para a prevenção de riscos – Plano de ações quanto a condicionalismos existentes no local

- Plano de sinalização e circulação do estaleiro;
- Plano de proteções coletivas;
- Plano de proteções individuais;
- Plano de inspeção e prevenção;
- Plano de utilização e de controlo dos equipamentos de estaleiro;
- Plano de saúde dos trabalhadores;
- Plano de registo de acidentes e respetivos índices;
- Plano de formação e informação dos trabalhadores;
- Plano para visitantes;
- Plano de emergência.

Importa referir que se algum destes documentos for exigido noutro documento do empreendimento/intervenção, no PSS apenas se fará referência à sua localização.

É importante também realçar que cada empreendimento/intervenção é um caso único, com todas as especificidades que isso implica, ou seja, em cada caso são analisadas e posteriormente elaborado o PSS consoante as necessidades. O responsável da área da segurança e saúde no trabalho, deve ter em conta todas as condicionantes do empreendimento/intervenção e fazer um PSS adequado, um PSS que englobe as necessidades.

A Organização - O PSS contendo toda a informação relevante em segurança e saúde relativa ao empreendimento/intervenção em causa, deverá conter uma folha de rosto (é a capa do PSS e tem a identificação do Dono de Obra, a indicação que se trata de um PSS, a designação do empreendimento/intervenção, coordenadores em segurança e saúde e data de aprovação final); folha de preparação e aprovação (contem indicações complementares à folha de rosto, nomeadamente nome e categoria dos responsáveis pela sua elaboração, data de elaboração, n.º de ordem do exemplar e indicação do n.º total de páginas); Folha de distribuição (serve para controlar a entrega de cópias do PSS às pessoas que o utilizarão. Deve ter o n.º do PSS em causa, nome do destinatário, data de entrega e assinatura de receção); folha de assinaturas (pretende registar o conhecimento de todas as partes com responsabilidades na matéria, nomeadamente – Representante do Dono de Obra, coordenador de segurança e saúde, fiscalização, Diretor de

Obra, técnico de segurança e todos os demais que se reconheçam como necessários); por último o Índice Geral que deverá relacionar todos os elementos essenciais que fazem parte do PSS.

Este Plano de Segurança e Saúde comporta medidas de prevenção, segurança, e saúde e no trabalho, não devendo ser considerado como exaustivo, já que é passível de ser modificado e/ou alterado de acordo com a Legislação em vigor.

2. Legislação Aplicável

Na presente empreitada, a Entidade Executante observará toda a regulamentação de segurança e saúde que se encontre em vigor, nomeadamente a seguinte:

2.1. ENQUADRAMENTO LEGAL DA SEGURANÇA NO TRABALHO:

- **Decreto-Lei n.º 273/2003**, de 29 de outubro (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 92/57/CEE, de 24 de junho relativa a prescrições mínimas de segurança e saúde a aplicar nos estaleiros temporários ou móveis);
- **Decreto-Lei n.º 41821**, de 11 de agosto de 1958 (Aprova o Regulamento de Segurança no Trabalho da Construção Civil - RSTCC);
- **Decreto-Lei n.º 46427**, de 10 de julho de 1965 (Aprova o Regulamento das Instalações Provisórias ao Pessoal das Obras);
- **Decreto-Lei n.º 441/91**, de 14 de novembro (Estabelece o regime jurídico do enquadramento da Segurança, Higiene e Saúde no trabalho);
- **Decreto-Lei n.º 347/93**, de 1 de outubro (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 89/654/CEE de 30 de novembro relativa às prescrições mínimas de Segurança e de Saúde para os locais de trabalho);
- **Decreto-Lei n.º 26/94**, de 1 de fevereiro (Estabelece o regime de organização e funcionamento das atividades de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho);
- **Decreto-Lei n.º 109/2000**, de 30 de junho – Alteração ao regime de organização e Funcionamento das atividades de SHST;
- **Portaria n.º 101/96** de 3 de abril (Estabelece as regras técnicas de concretização das prescrições mínimas de Segurança e Saúde nos locais e postos de trabalho dos estaleiros);

- **Decreto-Lei n.º 133/99** de 21 de abril (Altera o Decreto-Lei n.º 441/91 de 14 de novembro relativo aos princípios de prevenção de riscos profissionais);
- **Decreto-Lei n.º 109/99**, de 21 de abril (Introduz alterações ao Decreto-Lei n.º 26/94 de 1 de fevereiro);

2.2. ENQUADRAMENTO LEGAL DA CONSTRUÇÃO CIVIL:

- **Decreto-Lei n.º 12/2004** de 9 de janeiro (Estabelece o Regime Jurídico aplicável ao exercício da atividade de construção).

2.3. DIPLOMAS NO ÂMBITO DA CONSTRUÇÃO CIVIL:

- **Decreto-Lei n.º 46427**, de 10 de junho de 1965 (Aprova o Regulamento das Instalações Provisórias destinadas ao Pessoal Empregado nas obras);
- **Decreto-Lei n.º 41.821**, de 11 de agosto de 1958 (Aprova o Regulamento de Segurança no Trabalho da Construção Civil – RSTCC);
- **Decreto-Lei n.º 214/95**, de 18 de agosto (Estabelece as condições de utilização e comercialização de máquinas usadas, visando eliminar os riscos para a Segurança e Saúde das pessoas).

2.4. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL:

- **Decreto-Lei n.º 128/93**, de 22 de abril (Estabelece as exigências técnicas de segurança a observar pelos Equipamentos de Proteção Individual, de acordo com a Diretiva n.º 89/689/CEE, de 21 de dezembro);
- **Decreto-Lei n.º 348/93** de 1 de outubro (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 89/656/CEE de 30 de novembro relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde na utilização de equipamentos de proteção individual);
- **Portaria n.º 988/93**, de 6 de outubro (Estabelece a descrição técnica do Equipamento de Proteção Individual, de acordo com o art.º 7º do Decreto-Lei n.º 348/93, de 1 de outubro);
- **Portaria n.º 1131/93**, de 4 de novembro (Estabelece as exigências essenciais relativas à saúde e segurança, aplicáveis aos Equipamentos de Proteção Individual, de acordo com o art.º 2º do Decreto-Lei n.º 128/93, de 22 de abril);

- **Portaria n.º 109/96**, de 10 de abril (Introduz alterações à Portaria n.º 1131/93, de 4 de novembro);
- **Portaria n.º 695/97**, de 19 de agosto (Introduz alterações à Portaria n.º 1131/93, de 4 de novembro);
- **Decreto-Lei n.º 374/98**, de 24 de novembro (Introduz alterações aos Decretos-Lei n.º 378/93, de 5 de novembro, n.º 128/93, de 22 de abril, nº383/93, de 18 de novembro, n.º 130/92, de 6 de junho, n.º 117/88, de 12 de abril e 113/93, de 10 de abril, relativos a Equipamento de Proteção Individual e marcação CE);

2.5. MÁQUINAS, EQUIPAMENTOS, PRODUTOS:

- **Decreto-Lei n.º 113/93**, de 10 de abril (Transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 89/106/CEE, de 21 de dezembro de 1988, relativa aos produtos de construção);
- **Decreto-Lei n.º 214/95**, de 18 de agosto (Estabelece as condições de utilização de máquinas usadas, visando eliminar riscos para a saúde e segurança das pessoas);
- **Decreto-Lei n.º 82/99**, de 16 de março (Transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 89/655/CEE, de 30 de novembro de 1989, alterada pela Diretiva n.º 95/63/CE, de 5 de dezembro de 1995, relativa às prescrições mínimas de Segurança e de Saúde para a utilização pelos trabalhadores de equipamentos de trabalho).

2.6. MOVIMENTAÇÃO DE CARGAS:

- **Decreto-Lei n.º 330/93**, de 25 de setembro, (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 90/269/CEE, de 29 de maio, relativa às prescrições mínimas de Segurança e Saúde na movimentação manual de cargas).

2.7. RUÍDO:

- **Decreto-Lei n.º 09/2007**, de 17 de janeiro (Aprova o Regulamento Geral do Ruído).

2.8. SINALIZAÇÃO:

- **Decreto-Lei n.º 141/95**, de 14 de junho (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 92/58/CEE, de 24 de junho, relativa às prescrições mínimas para a sinalização de segurança e saúde no trabalho);

- **Portaria n.º 1456-A/95** de 11 de dezembro (Regulamenta as prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho);
- **Decreto Regulamentar n.º 22-A/98**, de 11 de dezembro (Regulamenta as prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho);

2.9. INSTALAÇÕES ELÉTRICAS:

- **Decreto-Lei n.º 40/74**, de 26 de dezembro (Estabelece o Regulamento de Segurança das Instalações de Utilização da Energia Elétrica – RSUUEE);

2.10. SEGUROS:

- **Decreto-Lei n.º 159/99**, de 11 de maio (Regulamenta o Seguro Obrigatório de Acidentes de Trabalho, para os Trabalhadores Independentes);
- **Decreto-Lei n.º 100/97** de 13 de setembro (Regime jurídico dos Acidentes de Trabalho);

2.11. CONTRATAÇÃO:

- **Decreto-Lei n.º 49408**, de 24 de novembro de 1969 (Aprova o Regime Jurídico do Contrato Individual de Trabalho);
- **Lei n.º 113/99**, de 3 de agosto (Desenvolve e concretiza o regime geral das contraordenações laborais em certos sectores e atividade. Nomeadamente, altera o Decreto-Lei n.º 155/95, de 12 de julho);
- **Lei n.º 116/99**, de 4 de agosto (Aprova o regime geral das contraordenações laborais);
- **Lei n.º 118/99**, de 4 de agosto (Desenvolve e concretiza o regime geral das contraordenações laborais, nomeadamente, Decreto-Lei n.º 441/91, de 14 de novembro e Decreto-Lei n.º 26/94, de 1 de fevereiro).

3. Informações gerais

3.1. Entidades Intervenientes

- 3.1.1. Dono de Obra: Câmara Municipal de Abrantes
- 3.1.2. Coordenador de Segurança em Fase de execução/projeto.
- 3.1.3. Técnico Responsável: a nomear.
- 3.1.4. Fiscalização da Obra: a nomear.

3.1.5. Empreiteiros: a nomear.

3.1.6. Subempreiteiros: a nomear.

3.1.7. Responsáveis pela segurança e saúde de cada uma das Empresas em Obra: a nomear.

3.1.8. Entidades de Assistência: a nomear.

Números de telefone a serem afixados em obra:

▪ BOMBEIROS (AHBVA)	Tel. (a indicar)
▪ HOSPITAL	Tel. (a indicar)
▪ POLICIA SEGURANÇA PÚBLICA	Tel. (a indicar)
▪ Nº NACIONAL EMERGÊNCIA	Tel. 112
▪ PROTECÇÃO CIVIL	Tel. (a indicar)

4. Execução da Obra

4.1. Prazo de Execução: a definir.

4.2. Pessoal em Obra: a definir.

4.3. Horários de Trabalho: a definir.

Nos termos da legislação em vigor, a Entidade Executante e/ou Entidade Empregadora deverá patentear no estaleiro, em local bem visível e durante todo o período de execução da empreitada, o horário de trabalho a vigorar no estaleiro.

A realização de trabalhos fora dos períodos previstos no horário em vigor terá que ser submetida a autorização da fiscalização.

À fiscalização, reserva-se o direito de não autorizar trabalhos fora do horário previsto, se achar que não há fundamento nos motivos apresentados pela Entidade Executante e/ou Entidade Empregadora.

5. Informação aos Trabalhadores em Obra

Nos termos da Lei-quadro sobre Segurança e Saúde no Trabalho, constitui obrigação da entidade empregadora assegurar a formação e informação dos trabalhadores tendo em conta as funções que desempenham e o posto de trabalho que ocupam.

O Plano de Formação e Informação dos Trabalhadores pretende dar resposta a essa exigência devendo para tal prever-se a forma de assegurar essa formação e informação através de ações como as seguintes:

- Proporcionar condições para a formação específica dos trabalhadores;
- Promover ações de sensibilização para a generalidade dos trabalhadores;
- Calendarizar reuniões periódicas por grupos de trabalhadores;
- Afixar informações gerais realçando aspetos essenciais.

6. Formação/Ações

Devem ser promovidas ações de sensibilização que deverão ter lugar, quer num dos primeiros dias da abertura do estaleiro, quer durante a execução dos trabalhos com periodicidade previamente definida.

Estas ações deverão ser organizadas pela Entidade Executante considerando-se indispensável a participação ativa do Coordenador de Segurança em Obra.

Nestas ações deverá ser transmitido ao coletivo dos trabalhadores (incluindo nestes, os subempreiteiros e trabalhadores independentes) a política de segurança da empresa.

É recomendável que em todos os estaleiros pelo menos um trabalhador tenha formação em primeiros socorros.

Alguma informação é fundamental que esteja sempre consultável, para isso dever-se-á colocar uma vitrina onde poderão estar afixadas informações pertinentes como por exemplo:

- Comunicação prévia;
- Telefones de emergência;
- Quadro de registo de acidentes e índices;
- Figuras ou exemplos que façam referência a aspetos específicos da obra ou o uso de equipamentos;
- Informações relativas a iniciativas de segurança e saúde que acontecerem;
- Outro tipo de informação que se mostre necessária.

Sempre que, no decorrer da execução do empreendimento/intervenção, um novo trabalhador seja integrado no estaleiro, o Diretor da Obra e/ou Coordenador de Segurança deverá também garantir que lhe sejam fornecidas informações gerais sobre segurança e saúde.

7. Trabalhadores Independentes

Caso venham a ser empregues no decorrer da obra trabalhadores independentes, estes serão obrigados a respeitar os princípios que visam proteger a segurança e a saúde, de acordo com os termos da Lei.

8. Obrigações dos Subempreiteiros

Os subempreiteiros nomeados ou a nomear, obrigam-se a cumprir na totalidade os requisitos constantes do presente Plano.

9. Seguros de acidentes de trabalho e outros

O empreiteiro deverá apresentar o Seguro de Acidentes de Trabalho de todo o pessoal envolvido em todas as atividades e operações necessárias à execução desta empreitada.

Estes seguros deverão ser obrigatoriamente com apólice de prémio fixo especificando o nome dos trabalhadores abrangidos.

Em caso da existência de subempreiteiros em obra o empreiteiro geral será igualmente responsável por apresentar as apólices de seguro destes trabalhadores, devendo para o efeito solicitá-las atempadamente aos seus subempreiteiros.

Estas apólices serão obrigatoriamente do mesmo tipo das referidas no ponto anterior.

Todas as apólices deverão ser obrigatoriamente apresentadas à Coordenação de Segurança em Obra pelo Empreiteiro antes da entrada dos trabalhadores em obra. Não será permitida a existência de trabalhadores em obra que não estejam abrangidos pelas condições expressas anteriormente.

10. Proteções Coletivas/Individuais

Entendem-se como proteções coletivas a sinalização da obra no seu todo, a iluminação da obra, as barreiras anti queda a diferentes níveis e ao mesmo nível, guarda-costas e guarda cabeças, andaimes para trabalhos no mesmo ou diferentes níveis, e de uma forma geral toda a informação escrita sobre o funcionamento de máquinas ou equipamentos em operação.

Como medidas de controlo coletivo, apontaremos as seguintes:

- Eliminação dos fatores de risco, por aplicação de técnicas, processos e materiais apropriados.
- Segregar as operações envolvendo riscos, de modo a expor o menor número de trabalhadores a essas operações.
- Atuar no ambiente, melhorando a ventilação/extração dos locais, isolando acusticamente máquinas, locais de trabalho, evitando acumulação de resíduos e mantendo boas condições de limpeza.
- Será sempre dada preferência ao emprego de proteções coletivas relativamente às individuais.

As proteções individuais serão disponibilizadas a todos os intervenientes nas obras, sendo de uso obrigatório o seguinte:

- Capacete de proteção (para trabalhos em altura com jugular)
- Calçado de segurança, com palmilha e biqueira de aço e piso antiderrapante.
- Capacete de proteção individual, sempre que justifique.

De acordo com atividades específicas será disponibilizado o correspondente material, nomeadamente:

- Luvas adequadas à função a desempenhar.
- Protetores auriculares.
- Máscaras de proteção adequadas.
- Óculos de proteção.
- Cinto ou arnês de segurança.

11. Registos de Segurança

Constituem registos de segurança as inspeções médicas regulares efetuadas aos trabalhadores, as inspeções de montagem dos andaimes, as inspeções regulares ao funcionamento e conformidade dos equipamentos e o registo dos acidentes em obra e minutas das reuniões semanais.

12. Procedimentos em Caso de Acidente

Nos termos da legislação em vigor constitui obrigação da Entidade Executante o estabelecimento das medidas a adotar em caso de ocorrência de acidente ou mesmo de uma catástrofe (incêndios, explosões, sismos, inundações, etc.).

No caso de se registar um acidente em obra, este deverá ser comunicado às autoridades competentes e as medidas a tomar serão de acordo com as suas determinações. No caso de existirem feridos, deverão ser respeitadas escrupulosamente as indicações fornecidas pelos Bombeiros/INEM.

A área do acidente, deverá ser isolada a fim de permitir uma possível investigação das causas e qualquer trabalho a efetuar nessa área deve ser restrito à manutenção da segurança de pessoas e bens no local.

Em caso de incêndio o procedimento a adotar será o de alertar os bombeiros e atuar com o material de combate existente no sentido de manter o fogo sob controlo até à chegada dos bombeiros, observando estritamente as instruções de utilização do material.

Afixação na vitrina e junto aos telefones que existam no estaleiro, registo de telefones de emergência, nomeadamente Bombeiros, Polícia, Hospital, entidades concessionárias de serviços afetados, Serviços Camarários, Fiscalização, Coordenador de Segurança e Saúde da Obra, Diretor da Obra, Encarregado Geral.

Não devem existir trabalhadores isolados, sendo as equipas constituídas, no mínimo, por dois trabalhadores.

Caminhos e sinalização adequada de acesso a todas as zonas de trabalhos; para evacuação de sinistrados e de todo o pessoal da obra em caso de ocorrência de catástrofe.

Estes Procedimentos constituem registos de segurança.

13. Comunicação de Acidentes Graves ou Mortais

Sem prejuízo de outras notificações previstas legalmente, os acidentes de que resultem mortes ou ferimentos graves dos trabalhadores, devem ser comunicados pelo respetivo empregador à ACT (Autoridade Para as Condições de Trabalho), no prazo de 24 horas.

Tratando-se de trabalhadores independentes, a comunicação deverá ser efetuada pelo coordenador da obra em matéria de segurança ou pelo diretor de obra. Não existindo nenhum deles, será o dono de obra a comunicar.

14. Responsabilidade em Matéria de Segurança e Saúde

A nomeação do Coordenador em matéria de segurança e saúde, ou o Diretor de Obra, não exonera o dono de obra, o autor do projeto, o técnico responsável e o empregador, das responsabilidades em matéria de segurança e saúde que a cada um deles cabe nos termos da Lei.

15. Medicina do Trabalho

Os empregadores devem promover a realização de exames médicos, tendo em vista a verificação da aptidão física dos trabalhadores para o exercício da sua atividade profissional, bem como a repercussão do trabalho e suas consequências na saúde dos trabalhadores.

Para o efeito deverão ser efetuados os seguintes exames:

- Exame de admissão, antes do início da prestação dos trabalhos, ou no caso da urgência na admissão o justificar, nos 20 dias seguintes;
- Exame periódico anual para os trabalhadores menores que 18 e maiores de 50 anos, bianuais para os restantes trabalhadores;
- Exames ocasionais, sempre que se verifiquem alterações nos meios utilizados, no ambiente e organização do trabalho suscetíveis de interferência nociva na saúde do trabalhador, ou após regresso ao trabalho depois de uma ausência superior a 30 dias por motivo de acidente ou de doença.

16. Estaleiro

16.1. Planta do Estaleiro/Projeto do Estaleiro

A juntar como anexo.

Projeto do Estaleiro

O projeto do Estaleiro será elaborado pela Entidade Executante, sendo anexado ao Plano de Segurança e Saúde da execução da obra, bem como as alterações que vierem a ser efetuadas.

Para o efeito entende-se por Estaleiro os locais onde se efetuam os trabalhos incluídos na empreitada, bem como os locais onde se desenvolvem atividades de apoio direto aqueles trabalhos.

Na elaboração desse projeto deverá ser seguida a regulamentação específica aplicável, e sem prejuízo da aplicação dessa regulamentação, todas as áreas do estaleiro têm que cumprir as regras indicadas neste Plano de Segurança e Saúde, e outras que o Coordenador de Segurança em Obra e/ou a Fiscalização determinem.

Pretende-se com isto que haja uma organização e arrumação dos vários elementos do estaleiro, de modo a:

- Reduzir ao mínimo os percursos internos;
- Prever meios para a manutenção e conservação das instalações sociais;
- Prever adequada limpeza de todas as zonas de passagem ou permanência dos trabalhadores;
- Otimizar o espaço ocupado, minimizando essa ocupação do espaço da via pública (passeios e faixas centrais).

Sem prejuízo do regulamento, o projeto do estaleiro deverá respeitar, quando aplicável, os aspetos a seguir referidos:

- Os materiais e equipamentos utilizados na execução da obra, assim como os entulhos, situar-se-ão obrigatoriamente no interior da zona vedada, exceto se de outra forma for devidamente autorizado pela Fiscalização, devidamente assinalada nas peças do projeto do estaleiro.
- Os acessos ao estaleiro deverão obrigatoriamente conter a sinalização de segurança, devendo ser assegurado que o acesso ao estaleiro seja reservado apenas a pessoas autorizadas.

17. Acessos à Obra, Circulação e Sinalização

Os acessos exteriores à obra serão garantidos pelas vias públicas de acesso circundantes.

O planeamento de execução dos trabalhos comportará a existência de uma via que permita o acesso a qualquer ponto do perímetro dos mesmos a veículos de emergência. Esta via deverá ser mantida correta e permanentemente sinalizada e com adequada compactação.

Garantir-se-á a eficaz limpeza dos veículos utilizados na execução dos trabalhos, antes da sua entrada na via pública.

A sinalização de segurança e de saúde, será exibida de acordo com o prescrito na seguinte legislação:

- Decreto-Lei n.º 141/95, de 14 de junho e Portaria n.º 1456-A/95, de 11 de dezembro;
- Decreto regulamentar n.º 22-A/98, de 1 de outubro (regulamenta a sinalização temporária de obras e obstáculos na via pública).

A sinalização viária far-se-á com limites de velocidade e demais sinalizações adequadas à especificidade das obras em curso.

18. Logística de Apoio

18.1. Estaleiro Geral

De acordo com a legislação em vigor as instalações devem garantir boas condições de habitabilidade e segurança.

A área das instalações será delimitada.

As zonas envolventes deverão possuir iluminação adequada que garanta em qualquer condição uma boa visibilidade.

18.2. Instalações sociais e equipamentos de apoio

As instalações do estaleiro devem de ser reduzidas ao mínimo e dimensionadas e executadas tendo em atenção o espaço disponível na zona envolvente à obra, cumprindo o estipulado no Decreto n.º 46427 de 1965 – Regulamento das Instalações Provisórias Destinadas ao Pessoal Empregado nas Obras.

Instalações Sanitárias

- Lavatório.....1 unidade por 5 trabalhadores;
- Chuveiros.....1 unidade por 20 trabalhadores;
- Urinóis.....1 unidade por 25 trabalhadores;
- Retretes.....1 unidade por 15 trabalhadores;
- Pé – direito mínimo.....2,60 m;

- Altura mínima das divisórias entre chuveiros e entre retretes.....1,7 m;
- Exceto, quando a obra decorra em área não servida por rede de abastecimento de água, estas instalações serão servidas por água corrente, e os chuveiros serão servidos por água quente e fria;
- A sua localização deverá ser próxima aos locais de trabalho. Deve existir ligação à rede de esgotos;
- Estas instalações serão objeto de limpeza e desinfeção diárias.

18.3. Refeitório e Cozinha

Refeitório será coberto e abrigado das intempéries, dotado de água potável e disporá de mesas e bancos em quantidade adequada ao número de trabalhadores da obra;

Ligação à rede de esgotos, sendo equivalente o uso de instalações moveis assépticas;

Caso se justifique, junto ao refeitório deverá existir uma zona de cozinhas com chaminés e pias com água potável em quantidade adequada ao número de trabalhadores, onde estes possam preparar e tomar as suas refeições;

Tanto o refeitório como a cozinha devem dispor de portas de abrir para o exterior e meios adequados de combate a incêndios;

Existirão no local 2 extintores de pó químico/outro adequado, de 6 kg ou equivalente;

Manta de incêndio para combate a pequenos focos de incêndio por abafamento;

O refeitório e a cozinha a instalar no estaleiro da obra deverão respeitar um pé-direito mínimo de 2,50m, e uma área mínima de portas e janelas de 1/10 da área do pavimento.

A limpeza e arrumação das instalações deverão ser mantidas, sendo as operações de limpeza efetuadas diariamente.

18.4. Trabalhadores Deficientes

As instalações deverão ser concebidas, tendo em conta a sua possível utilização por trabalhadores deficientes.

Esta disposição aplica-se nomeadamente às portas, escadas, vias de comunicação, instalações sanitárias e postos de trabalho diretamente utilizados ou ocupados por estes trabalhadores.

18.5. Estaleiro Administrativo

Deve ser constituído por um número suficiente de módulos capazes de albergar os diferentes serviços da Direção de obra, encarregados e outros serviços de apoio.

Existirão extintores de pó químico 6 kg ou equivalente.

18.6. Estaleiro de Produção

As instalações devem incluir:

- FERRAMENTARIA - Módulo metálico com prateleiras para arrumação dos vários equipamentos e aprestos, com portas de abertura para o exterior.
- BETONEIRA - Área destinada à instalação da betoneira, incluindo a zona para armazenagem dos inertes.
- ÁREA DE STOCKAGEM - A céu aberto destinada ao estacionamento de materiais e equipamentos diversos.
- SUBSTÂNCIAS PERIGOSAS - De acordo com as suas características, devem ser alvo de armazenamento segregado, sinalizado e de modo a poderem ser utilizados apenas por pessoal habilitado.

19. **Aparelhagem de Elevação**

19.1. Gruas Fixas (se utilizadas)

Não será permitida a entrada em funcionamento de nenhuma grua móvel ou fixa sem que seja fornecida à Coordenação de Segurança em Obra a folha de registo dos procedimentos e inspeção deste equipamento, devidamente assinada pelo técnico responsável, que certifique que a grua em questão foi objeto das inspeções previstas no Plano de Inspeção e Prevenção que consta do P.S.S elaborado na fase de projeto.

Verificação em tempo de montagem de todos os elementos estruturais, talhas, cadernais, roldanas, motores, engrenagens e demais constituintes.

Verificação, após montagem, do funcionamento dos motores, guinchos, cabos elevatórios, limitadores e demais componentes do sistema.

Os cabos elevatórios não poderão apresentar desgaste, em qualquer ponto do seu diâmetro de construção, superior a 10%, e 5% em cada perna.

Verificação das marcações de carga útil admissível na grua e nas correntes, talhas, argolas, ganchos ou outros elementos empregues como meio de suspensão das cargas.

Efetuar-se-ão verificações semanais ou as aconselhadas pelo fabricante à estrutura e funcionamento de todos os elementos das gruas, constituindo esta verificação registo de segurança.

19.2. Gruas Móveis (se utilizadas)

Se forem utilizados estes engenhos, serão cumpridos todos os passos acima indicados, (ponto 19.1.) tomando-se ainda em linha de conta as instruções do fabricante relativamente à estabilização adequada, recorrendo à extensão e posicionamento das sapatas.

20. Equipamentos Diversos

20.1. Andaimes (se utilizados)

A serem montados em obras onde os trabalhadores tenham que operar a uma altura superior a 3 metros do solo.

A estrutura será metálica de conceção aprovada.

A montagem, desmontagem ou modificações devem ser efetuadas por trabalhadores habilitados para o efeito e sob supervisão de um responsável nomeado pela direção da obra, de acordo com as instruções do fabricante.

Serão submetidos a verificação periódica por parte do responsável.

A montagem obedecerá às características específicas dos andaimes, nomeadamente a consistência dos apoios, ancoragem a estruturas fixas, barreiras anti queda, diagonais, acessos entre patins, consistência do piso das plataformas, tendo em atenção o travamento dos prumos junto ao solo atendendo ao declive do mesmo.

Todos os andaimes possuirão rede de proteção por forma a minorar o efeito de possíveis quedas de materiais.

Andaimes com rodízios deverão ser munidos de dispositivo de travagem das rodas e durante o deslocamento não poderá transportar pessoal.

Não será permitido a circulação de veículos e pessoas na proximidade das áreas onde existam andaimes, devendo-se para o efeito sinalizar esta área.

21. Outros Equipamentos

Poderá prever-se ainda, se a intervenção o justificar, a utilização dos seguintes equipamentos:

- Autobetoneiras;
- Multicarregadoras;
- Camiões;
- Compressores.

22. Utilização e Controlo dos Equipamentos

A entidade executante, deverá designar o responsável pelo controlo geral dos equipamentos de estaleiro (técnico com a categoria profissional equivalente ou superior a encarregado), ao qual cabe assegurar a realização do controlo geral que terá que incidir sobre todos os equipamentos que podem apresentar riscos para os trabalhadores.

É responsabilidade da Entidade Executante:

- Dar instruções adequadas e claras aos operadores dos equipamentos para a realização dos trabalhos que lhes são atribuídos;
- Incentivar os operadores dos equipamentos a zelarem pelo bom funcionamento dos equipamentos que operam/utilizam e a comunicarem toda e qualquer anomalia que detetem;
- Proceder ao controlo de todos os equipamentos de estaleiro (próprios e dos subempreiteiros/tarefairos) com a periodicidade semanal;
- Realizar prontamente as correções das anomalias detetadas.

Para comprovar o bom estado de funcionamento dos equipamentos de estaleiro, a Entidade Executante realizará semanalmente um controlo geral dos mesmos que registará em fichas segundo o modelo que se segue e que arquivará neste Plano de Segurança e Saúde.

No Plano de Segurança e Saúde de fase de obra constará os equipamentos a utilizar durante a execução da empreitada, com a respetiva calendarização, tipo de equipamento e quantidades.

23. Sistemas Elétricos

Deverão ser verificadas e controladas todas as instalações de distribuição de energia elétrica existentes no estaleiro, em especial as sujeitas a influências exteriores.

As instalações existentes antes da montagem do estaleiro devem ser identificadas e assinaladas.

Será edificada uma cabina para a instalação dos dispositivos de ligação de acordo com o Regulamento de Segurança de Energia Elétrica.

A distribuição de energia elétrica à obra será efetuada por meio de quadros de distribuição com proteções diferenciais de 300 mA, que alimentarão “pimenteiros” igualmente protegidos por diferenciais de 30mA.

Quadros e “pimenteiros” fechados de forma a evitar violação externa.

Uma ligação à terra única inferior a 10 Ohms de resistência à qual serão ligadas todas as linhas secundárias.

Junto a cada quadro de entrada e distribuição serão instalados elétrodos de terra que garantam valor inferior a 10 Ohms.

As instalações dos cabos condutores, pelo estaleiro, serão predominantemente aéreas e protegidas da passagem das máquinas e trabalhadores.

Será nomeado um responsável pela instalação e manutenção em funcionamento, devidamente habilitado, de modo a garantir-se que as únicas ligações a efetuar pelos trabalhadores sejam as da ficha à tomada.

24. Vedação, Controle de Acessos, Sinalização e Iluminação

A fim de garantir um efetivo isolamento da zona de trabalhos na obra, esta deve ser convenientemente vedada.

O acesso ao interior da zona de obras é reservado e ficará condicionado a autorização específica, devendo existir avisos com esta informação junto da (s) entrada (s).

A iluminação deverá estar, em todos os momentos, de acordo com o tipo de trabalho a efetuar e sempre de forma efetiva.

A iluminação fixa ou móvel será instalada de modo a não representar perigo de encandeamento para o tráfego que circule nas estradas adjacentes à obra.

No caso em que uma avaria no sistema de iluminação possa expor os trabalhadores a riscos, deve existir iluminação alternativa e dotada de alimentação autónoma.

25. Procedimentos relativos a Lixos e Entulhos

Garantir-se-á a eficaz e periódica limpeza da obra, com recolha, seleção, remoção e tratamento dos lixos e entulhos resultantes dos trabalhos em curso e de acordo com a legislação em vigor.

26. Instalações de Primeiros Socorros

Devem ser mantidos em obra os produtos de primeiros socorros que permitam uma assistência inicial aos sinistrados até à chegada de socorro.

27. Detecção e Combate a Incêndios

Os sistemas de combate a incêndios e material respetivo devem encontrar-se em locais acessíveis, em perfeito estado de funcionamento.

Sempre que se justifique serão efetuados exercícios de treino e familiarização com os meios de ataque existentes.

Estes meios de ataque serão regularmente verificados a fim de se garantir um funcionamento efetivo dos mesmos em caso de acidente.

Durante os períodos de trabalho haverá em obra trabalhadores em número suficiente e devidamente instruídos no uso do material de combate a incêndio.

Todo o material de combate a incêndios deve estar sinalizado de acordo com a legislação aplicável.

28. Responsáveis pela segurança e saúde de cada empresa

Serão nomeados por cada uma das empresas os trabalhadores responsáveis pela aplicação das medidas de primeiros socorros, combate a incêndios e evacuação de acidentados.

29. Condução dos Trabalhos

29.1. Descrição da situação existente

O Município de Abrantes pretende dotar o espaço de esplanada, existente a sul da praça com cobertura tensionada (Praça dos Mourões), na envolvente aos quiosques existentes no “Aquapolis – Margem Sul – 2.ª Fase – Parque Ribeirinho de Abrantes”, de condições adequadas para a sua utilização, através da instalação de uma estrutura metálica com cobertura, de carácter amovível, toda aparafusada para fácil desmonte em situações de cheias.

A intervenção pretendida surge da necessidade premente de resolver o problema das condições climáticas adversas que habitualmente se fazem sentir no local, durante grande parte do ano, nomeadamente os ventos fortes e as chuvas, devido à altura em que se encontra a cobertura tensionada da praça, que inviabilizam a utilização confortável da esplanada por parte dos utentes dos quiosques afetos a estabelecimento de bebidas.

Esta situação tem tido repercussões nos contratos de cedência de exploração dos referidos quiosques, uma vez que impede a utilização do espaço atualmente afeto a esplanada pelo facto de ser inóspito, inviabilizando a cedência de exploração, bem como o usufruto da Praça dos Mourões, levando a que o mesmo fique ao abandono e sujeito ao vandalismo.

Todas estas contingências não permitem que estes equipamentos cumpram a sua função de apoio ao “Aquapolis – Margem Sul – 2.ª Fase – Parque Ribeirinho de Abrantes”.

Tendo em consideração o acima referido, o Município de Abrantes, em 2019, outorgou o “Contrato de Cedência de Exploração dos Quiosques situados no Aquapolis - Margem Sul - Rossio ao Sul do Tejo – Abrantes”, onde assume o compromisso de “Numa primeira fase um dos quiosques é destinado ao fornecimento de bebidas ou pequenas refeições, sem apoio de cozinha, e, o outro, destina-se a arrumos e de apoio ao primeiro quiosque. Numa segunda fase, ... , um dos quiosques continuará destinado ao fornecimento de bebidas ou pequenas refeições sem apoio de cozinha e o outro, para além de continuar com o espaço de arrumos, terá ainda uma casa de banho e outra possível zona de venda.” e de “A cedência de exploração vigora por um período de 10 anos, renovável automaticamente anualmente por mais cinco anos.”.

Assim, torna-se essencial garantir condições adequadas ao funcionamento dos quiosques e da esplanada que lhes está afeta, por forma a manter o complemento previsto e necessário à fruição dos restantes espaços e o objetivo subjacente ao projeto “Aquapolis – Margem Sul – 2.ª Fase – Parque Ribeirinho de Abrantes” - estabelecer uma decisiva relação da cidade e da sua população com o Rio e as suas margens, na fruição do lazer e desporto, tornando as margens do Tejo em Abrantes um destino de atratividade regional, contribuindo para uma clara melhoria da

“ Instalação de Esplanada em Estrutura metálica com cobertura, de carácter amovível, no AQUAPOLIS – Margem Sul em Abrantes”

qualidade de vida através da revitalização da vida comunitária numa fruição da cidade e da natureza.

29.2. Descrição dos trabalhos

Pretende-se proceder à instalação de esplanada em estrutura metálica com cobertura, de carácter amovível, com ligações aparafusadas para fácil desmonte em situações de cheias, com capacidade para cerca de 50 utentes.

Esta estrutura ficará instalada durante o período de vigência do contrato de cedência de exploração que será de 10 anos, renovável automaticamente por mais 5 anos.

A esplanada coberta será implantada entre os dois quiosques (Quiosques A e B) existentes e na parte frontal dos mesmos, sob a cobertura tensionada existente na Praça dos Mourões, dado que a tardoz existe um passeio público, um espaço verde e um arruamento (Avenida Marginal do Tejo) e nas laterais existem os pilares de ancoragem dos cabos de tensionamento da cobertura da Praça dos Mourões, que inviabilizam a sua implantação para sul, nascente e poente.

O local onde é proposta a implantação da esplanada coberta apresenta uma topografia quase plana (cota 27.30m), sem quaisquer limitações construtivas, existindo apenas um desnível de 0,10 m entre a entrada sul e as entradas norte propostas.

A esplanada coberta terá uma área de implantação de 101,20 m² e uma cércea de 3,75 m.

Os quiosques existentes têm uma área bruta de construção de 16 m² cada um, pelo que a área total de implantação dos quiosques e da esplanada coberta perfaz 133,18 m².

A área total de implantação dos quatro quiosques previstos no projeto “Aquapolis – Margem Sul – 2.ª Fase – Parque Ribeirinho de Abrantes”, integrado no Reconhecimento de Interesse Público (RIP) da implementação das infraestruturas do Parque Urbano Ribeirinho de Abrantes para o Aquapolis – Margem Sul, publicado no Diário da República, II série, n.º 191, de 20 de agosto de 2002 – Despacho n.º 18 322/2002, totaliza 200 m² (50 m²x4).

A esplanada coberta que agora se pretende instalar no Aquapolis – Margem Sul terá uma área bruta de construção de 101,20 m², ficando aquém da área máxima de construção de 200 m² fixada no RIP para os quatro quiosques previstos, sendo que dos 101,20 m² apenas 22,16 m²

serão implantados em área do RIP, conforme planta de implantação à escala 1:200, que se anexa.

Em termos de inserção urbana e paisagística, a proposta visa criar uma solução de equilíbrio, continuidade e harmonia relativamente aos quiosques existentes, através da volumetria, da linguagem arquitetónica projetada e dos materiais e cores propostos.

Construtivamente, a esplanada coberta proposta terá as seguintes características:

- Estrutura metálica em aço composta por pilares e vigas, lacada na cor cinza antracite, aparafusada num pavimento metálico em aço com 3 cm de espessura, assente sobre o pavimento em betão poroso existente na Praça dos Mourões;
- Cobertura de uma água em painel sandwich com isolamento com caleiras e tubos de queda para recolha de águas pluviais, de cor similar à dos quiosques existentes, rematada com platibanda em chapa lacada na cor cinza antracite;
- Vãos em caixilharia de alumínio lacado na cor cinza antracite, com corte térmico e vidro duplo temperado;
- Pavimento interior em régua alveolar em Deck Compósito;
- Teto falso em placas de gesso cartonado.

Toda a estrutura da esplanada coberta terá ligações aparafusadas para fácil desmonte em situações de cheias.

No âmbito desta intervenção pretende-se também proceder à alteração do Quiosque A, destinado a arrumos e apoio ao quiosque afeto a estabelecimento de bebidas (Quiosque B), para promover igualmente a viabilização do contrato de cedência de exploração destes equipamentos.

A alteração a efetuar no Quiosque A consiste na construção de uma instalação sanitária para os utentes, que sirva também utentes com mobilidade condicionada, e de um arrumo, com recurso a divisórias em gesso cartonado com isolamento interior, ficando a restante área afeta a zona de venda.

Esta alteração implicou a alteração dos vãos exteriores, sendo a solução arquitetónica proposta para estes vãos idêntica à dos vãos do Quiosque B.

Os quiosques existentes são providos das redes de abastecimento de água, drenagem de esgotos domésticos e pluviais e de energia elétrica, as quais estão ligadas às redes existentes no local.

Relativamente às infraestruturas necessárias ao funcionamento da esplanada coberta e do Quiosque A, prevê-se, face às alterações propostas, proceder à adequação das mesmas.

Quanto à instalação elétrica, os respetivos sistemas elétricos serão devidamente protegidos de modo a não ficarem danificados em situações de cheias.

Em alturas de maior pluviosidade será assegurado o contacto permanente com a Proteção Civil, para que em situações de elevado caudal do Rio Tejo, em que haja a possibilidade de inundações, as pessoas sejam alertadas atempadamente, de modo a salvaguardar a segurança de pessoas e bens.

30. Modos de Tratamento Específicos das Atividades que Envolvam Riscos (especiais)

Os riscos específicos, para a segurança dos trabalhadores nesta obra engloba o descrito no Artigo 7.º do Decreto-Lei n.º 273/2003 de 29 de outubro.

Assim há que prever e limitar os riscos na área de:

- Movimentação de cargas;
- Escavação/Aterro;
- Que exponham os trabalhadores a risco de soterramento, de afundamento ou de queda em altura;
- Montagem e desmontagem de elementos prefabricados ou outros, cuja forma, dimensão ou peso exponham os trabalhadores a risco grave;
- Exposição a riscos químicos, no caso, e principalmente, o cimento, produtos betuminosos e ou outros produtos similares;
- Efetuados em vias ferroviárias ou rodoviárias que se encontrem em utilização, ou na sua proximidade;
- As restantes áreas que constam no referido artigo, e que se relacionem.

30.1. Trabalhos de escavação e de aterro (se for o caso)

De forma a evitar qualquer tipo de acidentes que atinja terceiros, o Empreiteiro deverá propor uma circulação diferenciada para as máquinas e veículos que irá utilizar, devidamente sinalizada e propor uma passagem de peões delimitada, protegida e sinalizada para os peões.

As vias públicas de confluência com a zona de saída do estaleiro deverão ser devidamente sinalizadas de acordo com a legislação em vigor.

Existirá na saída prevista para os veículos de transporte de terras do estaleiro, um trabalhador dispondo de colete refletor, capacete, botas de proteção e raquetes de sinalização que auxiliará a inserção do tráfego proveniente do estaleiro na via pública.

Todos os veículos que transportam terras a vazadouro deverão possuir obrigatoriamente toldo sendo obrigatória a sua utilização.

Todas as máquinas e equipamentos envolvidos nestes trabalhos deverão dispor de sinalização sonora e luminosa e serem sujeitos antes do início dos trabalhos a inspeções rigorosas do seu estado de conservação e manutenção.

Destas inspeções será elaborada ficha de registo assinada por responsável que será fornecida ao coordenador de segurança e de saúde para a fase de obra.

Todos os trabalhadores envolvidos nas operações de transporte e montagem de armaduras e varões de ferro utilizarão de acordo com o Plano de proteções individuais os seguintes EPIs:

- Capacete;
- Botas de proteção;
- Luvas de proteção mecânica;
- Cinto de Segurança em caso de trabalho em altura;
- Todos os ferros de espera das armaduras deverão possuir ganchos ou dispositivos de proteção.

O transporte e montagem dos painéis de cofragem metálicos implicam medidas de Segurança de forma a evitar perigos de entalamento ou de esmagamento.

O transporte dos painéis metálicos será efetuado pelas guias existentes no estaleiro através de dispositivos de correntes dispondo de patilha de Segurança.

Estes dispositivos apenas poderão ser desligados dos painéis após estes se encontrarem perfeitamente estabilizados e escorados.

Serão cumpridas nas operações de transporte dos painéis metálicos todas as regras já definidas para as operações de transporte de armaduras, devendo os trabalhadores envolvidos utilizar os E.P.I. definidos no caso anterior.

30.2. Execução de alvenarias (se for o caso)

Os principais riscos inerentes à montagem das alvenarias de tijolo são os seguintes:

- Esmagamento;
- Queda ao mesmo nível;
- Queda de objetos e materiais;
- Desabamento de panos de alvenaria.

A montagem das alvenarias apenas se poderá iniciar após a verificação da conformidade do andaime por parte do chefe de frente responsável.

Não será permitida a existência de material acumulado em excesso em possíveis plataformas de trabalho, para que não dificulte a circulação de trabalhadores ou que ultrapasse a carga permitida para a classe da plataforma.

A montagem das alvenarias obedecerá ao seguinte critério de montagem:

- Apenas serão retirados os guarda corpos que sejam necessários para a montagem da primeira fiada de tijolo.
- A primeira fiada de tijolo na bordadura e abertura da laje será montada de imediato até à altura de 1 metro, devendo as suas aberturas de vãos remanescentes serem de imediato vedadas com guarda-corpos.
- A altura dos panos de tijolo a construir em cada fase deverá ter em atenção como forma de evitar o risco de queda do pano, a espessura do tijolo, a necessidade de construção de vergas e o travamento de cada pano de tijolo.
- Deverá ser colocada iluminação artificial sempre que a construção das alvenarias diminua a iluminação natural existente ou que esta seja insuficiente.

Os trabalhadores envolvidos na execução de alvenarias deverão utilizar os EPIs previstos no Plano de Proteção individual nomeadamente:

- Capacete;
- Botas de Proteção;
- Luvas de proteção mecânica ou química;

- Óculos de proteção quando do corte de alvenarias;
- Cinto de segurança em caso de trabalho em altura em que exista a impossibilidade de trabalhar no interior da plataforma de trabalho.

Com a finalidade de evitar os riscos referidos serão implementadas as seguintes medidas de Segurança:

- O transporte de paletes de tijolo não envoltos em PVC através de grua, apenas será autorizado em portas paletes que disponham de redes envolventes de malha fina.
- As paletes deverão ser transportadas envolvidas em filme de PVC retrátil originário de fábrica que apenas será retirado após colocação do material na frente de trabalho.
- Este transporte será efetuado com a existência e auxílio de um auxiliar do operador da grua dispondo de comunicação via rádio com este último elemento.
- O auxiliar do operador da grua disporá de formação em linguagem gestual.
- Durante o transporte dos elementos das armaduras não será permitida a existência de trabalhadores sob a zona de transporte de materiais, devendo para o efeito o operador da grua antes do início da operação emitir os necessários avisos sonoros de aviso.
- Toda a área será devidamente sinalizada contra o perigo de queda de materiais.

30.3. Plataformas de trabalho e andaimes (se houver necessidade de utilização)

Todas as plataformas de trabalho e andaimes deverão cumprir com as especificações previstas no P.S.S., possuindo guarda corpos, rodapés e escadas de acesso amarradas e com o comprimento adequado.

As plataformas de trabalho e os andaimes deverão possuir as características da classe 5 da Norma de 1988 HD – 1000/CEN.

Todos os andaimes possuirão rede de proteção por forma a minorar o efeito de possíveis quedas de materiais.

Os pontos de ancoragem e os travamentos serão os necessários para garantia da estabilidade do andaime, garantindo-se o mínimo de um ponto de ancoragem por cada 10 metros quadrados de estruturas de andaime.

Não será permitido a circulação de veículos e pessoas na proximidade das áreas onde existam andaimes, devendo-se para o efeito sinalizar esta área.

30.4. Execução de revestimentos e pinturas (se aplicável)

Os principais riscos inerentes à execução de revestimentos e pinturas são os seguintes:

- Esmagamento;
- Queda de nível superior;
- Queda ao mesmo nível;
- Queda de objetos e materiais;
- Incêndio;
- Intoxicação.

Com a finalidade de evitar os riscos referidos serão implementadas as seguintes medidas de Segurança:

- A execução dos revestimentos e pinturas apenas se poderá iniciar após a verificação da conformidade do andaime por parte do chefe de frente responsável.
- Não será permitida a existência de material acumulado em excesso nas plataformas de trabalho, para que não dificulte a circulação de trabalhadores ou que ultrapasse a carga permitida para a classe da plataforma.
- A execução destas atividades obedecerá aos seguintes critérios:
- Apenas existirão nas frentes de trabalho, as quantidades de material necessárias para a imediata utilização.
- Deverá ser colocada iluminação artificial sempre que a iluminação natural existente seja insuficiente.
- As ferramentas e equipamentos deverão estar apoiados nas plataformas por para evitar a sua queda.
- Deverá ser interdita a prática de fumar na frente de trabalho no caso da execução de pinturas.

Os trabalhadores envolvidos na execução de rebocos e pinturas deverão utilizar os EPIs previstos no Plano de Proteção individual nomeadamente:

- Capacete;
- Botas de Proteção;
- Luvas de proteção mecânica ou química;

- Mascaras de filtros anti poeiras (no fabrico de argamassas, gesso, e em trabalhos de picagens);
- Mascaras de filtros químicos (no manuseamento de tintas e dissolventes);
- Óculos de proteção quando da execução de pinturas;
- Cinto de segurança em caso de trabalho em altura em que exista a impossibilidade de trabalhar no interior da plataforma de trabalho.

30.5. Execução de impermeabilizações (se aplicável)

Os principais riscos inerentes à execução de impermeabilizações são os seguintes:

- Queimaduras;
- Intoxicações;
- Incêndio;
- Queda de nível superior;
- Queda ao mesmo nível;
- Queda de objetos e materiais.

Com a finalidade de evitar os riscos referidos serão implementadas as seguintes medidas de Segurança:

- Apenas será autorizada a execução das impermeabilizações após o encarregado de frente se ter assegurado de que as lajes a impermeabilizar possuem dispositivos de guarda corpos e rodapés em toda a sua periferia e nas suas aberturas.
- Apenas será autorizado o início dos trabalhos após o encarregado da obra se ter assegurado que todos os locais de trabalho dispõem de escadas de acesso amarradas e com o cumprimento adequado.
- Toda a área de trabalho será sinalizada proibindo a prática de fumar.
- Toda a zona sob a área de trabalho será sinalizada interditando a passagem de trabalhadores.
- Só será permitida a utilização de trabalhadores neste tipo de trabalhos após o médico de Saúde Ocupacional da Empresa confirmar que os mesmos não sofrem de deficiências pulmonares, renais ou hepáticas.

Os trabalhadores envolvidos na execução das operações referenciadas nesta memória descritiva deverão utilizar os EPIs previstos no Plano de Proteção Individual nomeadamente:

- Capacete;
- Botas de Proteção;
- Luvas de proteção térmica;
- Máscaras com filtros.

30.6. Execução de pavimentação e asfaltagem

Os principais riscos inerentes à execução da pavimentação e asfaltagem são os seguintes:

- Dermatoses;
- Queimaduras;
- Intoxicações;
- Incêndio;
- Atropelamento;
- Queda ao mesmo nível;
- Queda de objetos e materiais.

Os principais equipamentos para estas operações são os seguintes (se necessário e sujeito a filtragem):

- Espalhadora;
- Regador de emulsões;
- Camião de transporte;
- Misturador com elevador;
- Cilindro compactador.

Com a finalidade de evitar os riscos referidos serão implementadas as seguintes medidas de Segurança:

- Toda a zona sob a área de trabalho será sinalizada proibindo a prática de fumar.
- Toda a zona sob a área de trabalho será sinalizada interditando a passagem de trabalhadores e de veículos que não estejam envolvidos diretamente nas operações.
- Todos os equipamentos de asfaltagem deverão estar providos de dispositivos adequados que impeçam a projeção de material sobre os operadores e deverão dispor de áreas de observação e inspeção devidamente protegidas.
- Não será permitida a existência de trabalhadores sobre a Espalhadora de material betuminoso quando esta se encontra em marcha ou em funcionamento.

- As partes salientes das máquinas a utilizar nestas operações deverão encontrar-se sinalizadas com faixas amarelas e negras com uma inclinação de 45º.
- Os trabalhadores que executam trabalhos relacionados com estas atividades deverão colocar-se sempre em posição lateral ou na retaguarda em relação às máquinas em funcionamento.
- Não será autorizado o acesso à régua vibratória sempre que a mesma se encontre em funcionamento.
- Todas as máquinas deverão dispor de avisos sonoros e luminosos que deverão ser utilizadas pelos manobreadores em caso de marcha à retaguarda ou sempre que as condições de visibilidade o justifiquem.
- Todas as máquinas envolvidas nestas operações deverão dispor de extintores do tipo CO2 e deverão possuir dispositivos de insonorização por forma a reduzir o ruído produzido
- O trânsito das máquinas envolvidas nestes trabalhos será regulado por sinaleiros providos de raquetes de sinalização.
- Sempre que se encontrarem fora de serviço todas as máquinas deverão imobilizar-se em áreas perfeitamente planas e fora das zonas de circulação.
- Todas as caixas existentes no pavimento e relativas às redes de drenagem e de esgotos deverão encontrar-se tapadas e perfeitamente sinalizadas.
- Só será permitida a utilização de trabalhadores neste tipo de trabalhos após o médico de saúde ocupacional da empresa confirmar que os mesmos não sofrem de deficiências pulmonares, renais ou hepáticas.

Os trabalhadores envolvidos na execução das operações referenciadas nesta memória descritiva deverão utilizar os EPIs previstos no Plano de Proteção Individual nomeadamente:

- Capacete;
- Botas de proteção;
- Colete refletor;
- Luvas de cano alto de proteção térmica;
- Máscaras com filtro anti poeiras;
- Vestuário completo com manga comprida;
- Avental de couro.

31. Armazenamento

O armazenamento dos materiais no interior da obra e nos locais de trabalho apenas será permitido restringindo-se a quantidade de material ao necessário para aplicação no próprio dia.

Os materiais serão armazenados por categorias garantindo-se um fácil acesso para que a sua remoção seja sequencial.

Devera ser dada especial atenção ao acondicionamento das garrafas de gás propano que em caso algum serão armazenadas em posição que não seja a vertical.

Em local próximo bem visível será colocado um extintor devidamente sinalizado bem como sinalização de proibição de fumar ou foguear.

32. Instalações Elétricas

Os principais riscos inerentes à execução de instalações elétricas são os seguintes:

- Electrocução;
- Queimaduras;
- Incêndio.

Medidas de Prevenção:

- Verificar isolamento dos condutores;
- Verificar e reparar os casquilhos, cabos, tomadas de corrente e outras aparelhagens;
- Não tocar em cabos sem os isolar. Certificar-se que não estão em tensão;
- As carcaças das ferramentas elétricas portáteis devem ser ligadas a terra;
- As máquinas, ferramentas, aparelhos e instalações acopladas a motores elétricos devem possuir as seguintes ligações: ligação à terra e dispositivo de corte de corrente;
- Afastamento de condutores sob tensão, considera-se seguro um afastamento de 2,5 m acima e 1,0 m abaixo e ao lado do trabalhador.

Em caso de acidente

- Desligar a corrente;
- Afastar o acidentado da fonte elétrica;
- Praticar (se habilitado) respiração artificial + massagem cardíaca (RCR);
- Pedir auxílio ao exterior, não interrompendo a RCR;

- Continuar sempre sem interrupção as manobras RCR.

33. Uso de explosivos (se necessário)

Os principais riscos inerentes à utilização de explosivos são os seguintes:

- Ferimentos vários;
- Danos a pessoas ou bens;
- Projeção de detritos;
- Poeiras.

Medidas de Prevenção:

- A utilização de explosivos apenas pode ser executada por pessoas munidas da respetiva licença emitida pela Direção Geral de Energia;
- É obrigatório efetuar a respetiva comunicação às autoridades locais, a Polícia de Segurança Pública ou a Guarda Nacional Republicana/Bombeiros;
- É necessário “abafar” a zona onde vai ocorrer a explosão recorrendo à utilização de pneus, devidamente amarrados ou lenha e mato, devidamente enfardados e amarrados entre si;
- A pessoa licenciada deverá tomar as precauções próprias do tipo de explosivo que irá utilizar;
- Deverão todas as entidades envolvidas e próximas do local utilizar capacete de proteção, bem como óculos de proteção;
- A utilização de explosivos apenas é permitida quando está assegurada a segurança de bens pessoais da empresa, bem como de pessoas e bens terceiros.

34. Materiais com riscos especiais

Poderá haver necessidade de utilização de alguns materiais que possam envolver a exposição a determinados riscos especiais, sendo exemplos desses materiais:

- Óleos minerais/colas;
- Betuminosos;
- Tintas;
- Cimento.

Os óleos minerais/colas, poderão originar, irritação na pele, olhos e vias respiratórias. Devido às substâncias químicas, doenças profissionais ao nível cutâneo e respiratório, sugere-se sempre

que possível a sua substituição por óleos de síntese e uma alteração no sistema de trabalho que privilegie a aplicação deste material em oficina e não em obra.

Apenas deverá ser permitida a aplicação deste material a pessoal dotado dos necessários EPIs (óculos, máscara, avental e luvas).

Na aplicação de produtos betuminosos e cimentos, pelas suas características tóxicas e inflamáveis, deve ser evitado o contacto com a pele e a inalação de vapores durante a sua aplicação, pois o não cumprimento destas regras pode originar dermatites, queimaduras, conjuntivites e cancro primários da pele.

Outros materiais que pela sua composição química pode originar riscos de doenças profissionais, nomeadamente dermatoses serão o cimento e as tintas, pelo que se impõe a utilização de adequados EPIs pelos trabalhadores que procedem ao seu manuseamento.

35. Comunicação prévia a enviar ao A.C.T. (Autoridade para as Condições do Trabalho)

No sentido de completar o conteúdo da Comunicação Prévia a enviar ao A.C.T., os empreiteiros deverão fornecer, quando da adjudicação, os dados necessários nomeadamente no que consta da alínea 2 do Artigo 15.º do Decreto-Lei n.º 273/2003, de 29 de outubro.

Exemplo da Comunicação Prévia:



COMUNICAÇÃO PRÉVIA DE ABERTURA DE ESTALEIRO
(Art.º 15º, nº 1 e 2 do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro)

1. ENDEREÇO DO ESTALEIRO:
2. NATUREZA DA OBRA:
3. a) DONO da OBRA:
SEDE/DOMICÍLIO:
b) AUTOR DO PROJETO:
DOMICÍLIO:
c) ENTIDADE EXECUTANTE:
SEDE/DOMICÍLIO:
4. a) DIRECTOR DE FISCALIZAÇÃO E REPRESENTANTE DO DONO DA OBRA:
SEDE/DOMICÍLIO:
b) COORDENADOR DE SEGURANÇA E SAÚDE NA FASE DE PROJECTO:
SEDE/DOMICÍLIO:
c) COORDENADOR DE SEGURANÇA E SAÚDE EM FASE DE OBRA:
SEDE/DOMICÍLIO:

Página 1 de 2



5. a) DIRECTOR DE OBRA:	
DOMICÍLIO:	
6. DATAS PREVISÍVEIS DE INÍCIO E TERMO DOS TRABALHOS NO ESTALEIRO:	
Data de início:	Data de termo:
7. a) ESTIMATIVA DO NÚMERO MÁXIMO DE TRABALHADORES POR CONTA DE OUTRÉM E INDEPENDENTES, PRESENTES EM SIMULTÂNEO NO ESTALEIRO:	
b) PRAZO DE EXECUÇÃO DA OBRA:	
8. a) ESTIMATIVA DO NÚMERO DE EMPRESAS A OPERAR NO ESTALEIRO:	
8. b) ESTIMATIVA DO NÚMERO DE TRABALHADORES INDEPENDENTES A OPERAR NO ESTALEIRO:	

(Técnico Superior de SST)

(Data da Comunicação)

36. Entrega e Aprovação do P.S.S. para execução da obra.

A entidade executante, fornecerá o Plano de Segurança e Saúde, fase de execução, aquando da adjudicação e remeter o mesmo ao Dono de Obra, afim de este o aprovar e dar conhecimento por escrito à tal entidade, a qual deve dar conhecimento aos subempreiteiros e trabalhadores independentes por si contratados (Artigo 12.º do decreto de lei 273/2003), se for o caso.

37. Procedimentos Específicos de Segurança

De acordo com o já mencionado, deverão ser desenvolvidos os procedimentos específicos de segurança relativos a:

- Movimentação de cargas;
- Escavação/Aterro;
- Que exponham os trabalhadores a risco de soterramento, de afundamento ou de queda em altura;
- Montagem e/ou desmontagem de elementos prefabricados ou outros, cuja forma, dimensão ou peso exponham os trabalhadores a risco grave;
- Efetuados em vias ferroviárias ou rodoviárias que se encontrem em utilização, ou na sua proximidade;
- Exposição a riscos químicos, no caso, e principalmente, o cimento, produtos betuminosos e ou outros produtos similares.

Abrantes, julho de 2020

Fábio Lourenço Marques
(Técnico Superior de Segurança no Trabalho)